

Dry-Aged Steak mit Rosmarin-Kartoffeln

Zutaten (für 2 Personen)

- Dry-aged-Steak am Knochen, ca. 500 - 600 g, ca. 4 - 5 cm dick
- 1 - 2 EL Butterschmalz
- 1 Strang Rispen-Cocktailtomaten
- 1 Knoblauchknolle, quer halbiert, zur Aromatisierung des Schmalzes
- 2 Schalotten, geschält und halbiert
- 2 Rosmarinzweige
- Fleur de Sel und grober, bunter Pfeffer zum Bestreuen



Steak
it easy!

Für die Kartoffeln

- 500 g festkochende, kleine Kartoffeln (Drillinge, Anabelle)
- 1 - 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Paprikapulver
- 2 Rosmarinzweige, die Nadeln

Für die Sour Cream auf Wunsch

- 200 g Schmand
- ½ Bund Schnittlauch, in feine Röllchen geschnitten
- ¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

01

Das Steak mindestens 30 Minuten vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Zimmertemperatur annehmen kann.

02

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen, trocknen und je nach Größe halbieren oder vierteln.

03

Das Öl in einer Auflaufform mit den Gewürzen und den Rosmarinnadeln mischen. Die Kartoffeln darin wenden. Ca. 20 bis 30 Minuten auf mittlerer Schiene garen.

04

Auf Wunsch noch Sour Cream dazu reichen. Dafür alle Zutaten miteinander verrühren und in eine kleine Schüssel geben.

05

Die Pfanne auf die höchste Temperatur erhitzen, dann das Butterschmalz darin erhitzen. In das heiße Fett das Steak geben und je 1 Minute auf jeder Seite scharf anbraten.

06

Dann die Temperatur auf die mittlere Stufe reduzieren* und das Steak je nach gewünschtem Gargrad weitergaren. Siehe nachfolgende Tabelle.

07

Gleichzeitig die Tomaten, die halbierte Knoblauchknolle, die Schalotten und die Rosmarinzweige im Butterschmalz legen, wenn die Temperatur vom Steak anbraten auf die mittlere Temperatur gesenkt wurde. Goldbraun anbraten.

08

Kommt das Steak aus der Pfanne, braucht es etwas Ruhe. Am besten in Alufolie wickeln oder in der Zwischenzeit in den auf 80 °C vorgeheizten Backofen legen und 5 - 8 Minuten ruhen lassen.

09

Mit Fleur de Sel und groben Pfeffer bestreuen. Mit den Tomaten, Schalotten und Rosmarinkartoffeln und der Sour Cream servieren.

Hinweis

*Bei einem Ceranfeld dauert es zu lange – im Gegensatz zum Gas- bzw. Induktionsherd -, bis die Temperatur reduziert wird. Es empfiehlt sich, eine zweite Herdplatte daher auf mittlere Hitze zu erhitzen und die Pfanne nach den zwei Minuten auf die zweite Platte zu ziehen.

Die nachfolgende Tabelle gibt an, wie lange ein Steak für die unterschiedlichen Garzustände ungefähr gebraten werden muss.

Für ein Steak mit 4 - 5 cm Dicke:

Das Steak in das heiße Fett geben und je 1 Minute auf jeder Seite scharf anbraten. Dann für den gewünschten Garzustand wie folgt weiterbraten:

Bleu (fast roh): Pro Seite ca. eine weitere ½ Minute.
Das Steak hat eine dünne braune Kruste, ist innen aber noch roh.
Gesamtbratdauer: 3 min

.....

Rare (blutig): Pro Seite ca. weitere 2 Minuten.
Das Steak hat eine braune Kruste, ist innen rosa und im Kern noch roh und blutig.
Gesamtbratdauer: 5 - 6 Minuten

.....

Rosa / Medium: Pro Seite ca. weitere 4 Minuten.
Das Steak hat eine braune Kruste und ist innen rosa.
Gesamtbratdauer: 10 Minuten

.....

Durch / Well done: Pro Seite ca. weitere 5 - 6 Minuten braten.
Das Steak ist innen ganz durchgebraten.
Gesamtdauer: 12 - 14 Minuten